

Součástí nového hudebně-gastronomického pořadu "Jak chutná Francie" jsou i následující recepty na francouzské speciality, o kterých byla v pořadu řeč i zpěv. Všechny tyto recepty jsem osobně vyzkoušela (některé i několikrát) a nelitovala jsem námahy, času, ani čtyř kilogramů, které jsem díky tomu přibrala. Bylo to úžasné dobrodružství. Užijte si je i vy.

Bon appétit!

Vaše Eva Kriz-Lifková

### **Recept 1 : Lotrinský slaninový koláč - Quiche lorraine**

Těsto 2 dávky:

250 g hladká mouka

125 g máslo

sůl

3 lžíce studená voda

Zpracujeme rychle na křehké těsto, kterým vysteleme vysypanou kulatou pečicí formu i po jejích okrajích a dáme na 1 hodinu odpočinout do ledničky.

Připravíme si náplň:

250 g libovější anglické slaniny nebo prorostlé šunky nakrájené na kostky

250 ml zakysané smetany

dle chuti sůl, pepř

150 g strouhaného sýra (madeland, moravský bochník)

4 vejce

Vše smícháme v misce a směs nalejeme na koláč. V předehřáté troubě na 200°C pečeme asi 35 minut. Koláč musí ztuhnout a na povrchu lehce zezlátnout. Podáváme horký nakrájený na trojúhelníky se sklenkou dobře vychlazeného bílého vína.

### **Recept 2 : Pivní kokteily**

Ve Francii je v oblibě míchat pivo s různými přísadami. Asi nejznámější koktejl je tzv. Panaché:

Při jeho přípravě jsou dvě možnosti. Světlé pivo smíchat s pomerančovým džusem nebo zvolit

variantu smíchání piva se Sprite. Návod na přípravu: Do sklenice si připravíme několik kostek

ledu, které zalijeme světlým pivem a následně pomerančovým džusem nebo limonádou Sprite v

poměru 50:50. Tagada: Naprosto vyjimečnou chuť nabízí tento francouzský koktejl. Jedná se

kombinaci světlého piva a jahodového sirupu. Prosté smíchání těchto dvou složek dokáže vytvořit

chuť, o které se Vám bude zdát ještě hodně dlouho! Návod na přípravu: Do sklenice vsypeme

několik kostek ledu. Opatrně nalijeme 5cl jahodového sirupu, který dolijeme 300ml světlého piva.

Diesel: pivo s coca-colou (2 dl piva, 1dl coly)

Pelouse (trávník) : pivo s mentolovým sirupem (pivo, 1cl sirupu)

Tango - pivo s grenadinovým sirupem (2,5 dl piva, 2 cl sirupu)

### Recept 3: Žabí stehýnka

Žabí stehýnka (12ks) marinovat nejméně 2 hodiny v bílém víně, které je musí pokrývat. Osušit je a poprášit moukou. Otřepat všechnu přebytečnou mouku. Rozehřát máslo na pánvi a smažit stehýnka na mírném ohni. Nenechat je zhnědnout. Když jsou měkká a slabě narůžovělá, tak je osolit a opepřit. Vyjmout je a udržovat v teple.

Omáčka: Ve stejném másle osmažit 2 nakrájené cibule šalotky a česnek do zlatova. Přidat petrželku a bílé víno a zredukovat tekutinu na středně vysokém ohni po dobu 20 min. Odstavit z plotny.

Našlehat 1 žloutek se zakysanou smetanou (4 lžíce) a zamíchat do omáčky. Položit pánev znovu na mírný oheň a míchat omáčku do zhoustnutí. Ochutit ji solí, pepřem a muškátovým oříškem. Nalít tuto sametovou, nádherně vonící omáčku na stehýnka, posypat vše petrželkou, nebo jinou bylinkou a podávat.

Doporučená příloha: Bageta, nebo jiné křupavé pečivo a zbytek vína, chcete-li.

### Recept 4: Hlemýžďi po burgundsku

Chceme-li připravit šneky jako hlavní jídlo pro 4 osoby, musíme si opatřit více jak 40 šneků. Labužníci si po deštíku vyjdou do přírody a sami si svoji lahůdku nasbírají. V letních měsících se šneci nesbírají, protože jsou těžko stravitelní. Sbírají se však od podzimu do pozdního jara. Opravdový labužník ohodnotí šneky nasbírané v prosinci a lednu, kdy jsou zavíčkovaní k zimnímu spánku. Vzhledem k tomu, že v té době šneci nic nekonzumují, odpadá zdlouhavá práce s jejich čistěním.

Ke 40 šnekům přidáme 25 dkg tzv. šnečího máslička, což je směs jemně usekaných šalotek, česneku, zelené petrželky, jemně mletého nového koření, utřená s máslem.

Hlemýždě nejprve posypeme 3 lžícemi soli a necháme je v tomto solném kabátku minimálně 2 hodiny. Pak je několikrát propláchneme studenou vodou, a tak je zbavíme slizu. Připravíme si větší množství vroucí vody a do ní hlemýždě vhodíme a necháme je povařit alespoň 15 minut. Pak je vyjmeme a znovu propláchneme studenou vodou. Vytáhneme je z ulit, rozřízneme šneky podélně a vyjmeme jim střeva.

Připravíme si silný vývar ze řapíku celeru, 2 cibulí, 1 mrkve, solí, pepře, svazku tymiánu, petrželky, bobkového listu a česneku a sklenky bílého suchého vína, vložíme do něho hlemýždě a na mírném ohni je vaříme přibližně 3 hodiny. Pak je necháme ve vývaru vychladnout. Hlemýždě pak vložíme do vymytých ulit a přidáme tam šnečí másličko a uložíme do chladničky na 24 hodin. Druhý den vložíme připravené hlemýždě do trouby zapéci : poskládají se máslem nahoru na speciální talířek s prohlubeninami, který je pro individuální porce, nebo na ohnivzdorný talíř naplněný hrubou solí. Opečou se pod grilem.

#### Recept 5: Kir

Kir (1 porce) : Do baňaté vinné sklenky nalijeme dle chuti 100 - 200 ml crème de cassis, a doplníme dobře zchlazeným suchým, nakyslým bílým vínem, nejlépe burgundským. Doporučuji "crème de cassis" (likér z černého rybízu) s 20% alkoholu. Ten totiž obsahuje dvakrát tolik ovoce, než crème se 16% alkoholu, ale jenom o 1/8 více cukru, a proto má podstatně silnější ovocnou příchuť .

TIP: Sklenička Kir royale (královský kir) : Do vysokých šampusek nalijeme crème de cassis a doplníme suchým šampaňským vínem.

Bretaňský kir: crème de cassis a suchý cidre.

Musím zde podotknout, že cassis (černý rybíz) byl v Burgundsku vždy velmi ceněn. Je prý dobrý na trávení, má 3x více vitamínů než pomeranč, dětem se prý dokonce přidává do kojeneckých lahví. Smíchaný s dijonskou hořčicí vytvoří překvapivou lahůdku.

V r. 2001 dokonce otevřeli v Burgundsku „Cassissium“ – muzeum černého rybízu. se může ozdobit černým rybízem, nebo hoblinou z citronu.

#### Recept 6: Cacheille (čti kašej)

Cacheille je svérázný starofrancouzský způsob, jak si poradit se zbytky sýra – s těmi kousky, fragmenty a hrudkami sýra, které jsou příliš malé, příliš rozpláclé či celkově příliš unavené, než aby se daly znovu naservírovat. Je tu ale jedno aromatické, alkoholické řešení – LA CACHEILLE. K její přípravě se hodí jakýkoli druh měkkého či poloměkkého sýra. Vložte všechny jeho zbytky, s česnekem a bylinkami dle chuti, do hlubokého hrnce a hněťte, dokud se nespojí v jednolitou masu. Pak přidejte štědrú dávku pálenky (nejlépe vínovice z hroznových výlisků nebo případně slivovice) a znovu důkladně promíchejte. A to je základ, k němuž můžete přimíchávat další sýr – a pokaždé i další pálenku – během následujících týdnů, měsíců, či dokonce roků. Existují historky o legendární cacheille, která se dočkala zralého věku 10! let. A slovo zralý je skutečně tím, jež popisuje nejlépe jak vůni, tak chuť této husté, pikantní a k zubům lnoucí směsi.

## Recept 7: Provensálské speciality

### Tapenade

350 g černých vypeckovaných oliv , 2 stroužky česneku, 70 g sardelek v oleji, 100 g kaprlat, 1 dcl olivového oleje, černý pepř. Mixujeme vše na kaši nejprve bez oleje Pak teprve přidáváme postupně olej a znovu mixujeme až do vytvoření husté jemné směsi. V lednici lze uchovat nejdéle 2 týdny. Výborná jako pomazánka na toasty nebo jako dochucení brambor, vajíček na tvrdo nebo rajčat.

### Provensálské koření

Správně vyvážené provensálské koření má obsahovat: 19% tymiánu, 26% rozmarýnu, 3% bazalky, 26% oregana (dobromysli) a 26% saturejky.

Čerstvě nasbírané bylinky sušíme na dobře větraném místě bez přímého slunečního svitu.

Bonus:

### Provensálská česneková majonéza aioli (čti ajoli)

Pro osm lidí budete potřebovat 16 stroužků česneku, 3 žloutky a asi půl litru nejlepšího olivového oleje. Česnek rozdrťte na kaši, přidejte žloutky, špetku soli a míchejte až se směs dokonale propojí. A pak, kapku po kapce, začněte přidávat olej za neustálého a nikdy nepřerušovaného míchání. Po přimíchání asi poloviny oleje aioli zhoustne, vy však nepřestávejte olej vmíchat, dokud se aioli nestane téměř tuhou. Taková má být. Přidejte pár kapek citronové šťávy a podávejte s brambory, rybou, paprikami, mrkví nebo vajíčky na tvrdo.

## Recept 8: Foie gras d'oise ou du canard (čti fua gra) - Tučná husí nebo kachní játra

Husí - nebo levnější kachní - játra se obvykle kupují již tepelně upravená v konzervě nebo sterilovaná v zavařovací sklenici. Na takových játrech si můžeme pochutnat buď jednoduše s toustem z bílého chleba a fikovou zavařeninou nebo formou dalšího jednoduchého receptu:

### Foie gras s jablky a portským vínem

Jablka zbavíme jadřince a nakrájíme na plátky silné asi půl centimetru. Posypeme je špetkou cukru z každé strany a osmažíme, dokud cukr nezakaramelizuje. Rozdělíme na talířky.

Na stejné pánvi osmažíme konzervovaná foie gras. Játra pustí tuk. Osmažená játra položíme na jablka.

Do tuku přilejeme portské víno, podpálíme, promícháme a směsí přelijeme foie gras. Vřele doporučuji!

### Složitější recept pro odvážnější, připravený ze syrových jater

Na výrobu terinky autentických foie gras potřebujete syrová mražená játra, která máte možnost zakoupit například v Makru. Kilo stojí kolem 700 Kč a taková játra váží přibližně 500-600 gr. Játra by měla být zbavena žilek (tento údaj bude pravděpodobně uveden na obalu). Na dno zapékací misky nasypeme pepř a Fleur de sel (květy mořské soli, hrubá mořská sůl ale postačí) a játra do misky napěchujeme. Opět osolíme, opeříme a zalijeme frťánkem koňaku či armaňaku. V chladu necháme asi 5 hodin odležet. Poté předehřejeme troubu na 130°C, uzavřenou zapékací misku vložíme do vodní lázně (pekáč s vodou) a pečeme asi 30 minut. Upečená játra necháme vychladnout. Podáváme studené či teplé. Na chuťovky, jako předkrm s toastem nebo opečená s hroznovým vínem. Doplňme dezertním vínem. Bon appétit!

### Recept 9: Crêpes de sarasin de Bretagne - Pohankové palačinky z Bretagne

Těsto:

250g pohankové mouky

1 vejce

500 ml vody

1 lžíce hrubé mořské soli

2 lžíce rozehřátého sádla

máslo nebo sádlo na pečení

Mouku prosejeme do mísy, přidáme vejce a sůl a postupně zapracováváme vodu, až vznikne tekuté těsto. Necháme odpočinout nejméně 2 hodiny, nejlépe přes noc. Pak znovu prošleháme a přidáme rozehřáté sádlo.

Pánev rozehřejeme a vytřeme máslem nebo sádlem. Nalijeme naběračkou těsto a rychle rozetřeme, aby placka byla co nejtenčí. Po zhnědnutí okrajů placku obrátíme a pečeme z druhé strany. Chceme-li ji plnit vejcem, pečeme ho zvlášť. Jakmile bílek ztuhne, přendáme vejce na placku upečenou z jedné strany, na kterou jsme už předtím položili plátek šunky a plátek sýra. Okraje placky přehrneme k vejci aby vznikl čtverec a podáváme.

Připijíme cidre (zkvašený jablečný mošt).

### Recept 10: Rilletes de porc - Masová pomazánka z vepřového masa

Rilletes jsou připravené během chvilky, ale vaří se až 8 hodin. Nejvíce jim svědčí velký "litiňák", kde si pomalinku bublají.

Na dobré rilletes potřebujeme dobré vepřové maso. Nejlépe směs několika druhů. Doporučuji plecko, krkovičky, kotlety. Pro začátek vyzkoušejte pomazánku ze 2 kg masa - 1,5 kg syrového sádla - 750 ml vody - mletého pepře (asi 6 g) - 30 g hrubé mořské soli. Sádlo nakrájíme na kostky cca 3x3 cm. Maso na kostky o něco větší. Sádlo vložíme do hrnce a na velmi mírném plameni pomalu rozpouštíme a mícháme dokud lehce nezezlátne. Po částech, za stálého míchání, vložíme maso. Poté zalijeme vodou, promícháme, na středním plameni a za občasného zamíchání necháme probublávat. Za hodinku zmírníme plamen na minimum, promícháme, hrnec uzavřeme poklicí a necháme bublat 3 hodiny. Máte-li pocit, že se maso začíná smažit, můžete lehce podlít vodou. Po 3 hodinách přidáme sůl a máme-li, tak i kosti a kůži, což dodá tu správnou chuť. Někdo přidá i sklenku bílého vína. Opět dobře promícháme a necháme bublat další 3 hodiny, a to bez pokličky. Ke konci vaření přidáme pepř, promícháme, vypneme zdroj tepla a necháme odpočinout.

Děrovanou naběračkou důkladně odstraníme kosti a kůži a necháme asi hodinku vychladnout. Poté sebereme tuk, který si uchováme ve sklenici. Rozvařené maso několik minut promícháváme a pak děrovanou naběračkou rozdělíme do připravených nádob. Lze používat různé terinky, sklenice, aluminiové misky. Nádoby vypláchneme vařící vodou a vysušíme.

Necháme chvilku odstát a zalijeme částí odebraného tuku. Tím se povrch uzavře. V chladné místnosti necháme vychladnout a druhý den můžeme zakrýt voskovým papírem a dát do lednice. Pak počkáme 3 dny a teprve pak ochutnáme. (Vím, je to těžké, ale trpělivost se tu vyplatí.)

Rilletes je také možno zamrazit, ale nejlépe až po dvou dnech v lednici.

Rilletes z lednice vyjmeme asi 30 min. před konzumací. Nejlépe chutná na opečeném chlebu.

## Recept 11: Macarons - makronky

### Ingredience na pusinky (30 kusů):

90g bílků  
50g cukru krupice  
200g cukru moučka  
110g mandlové mouky (jemně mletých mandlí)  
pár kapek potravinářského barviva (nejlépe gelového)

### Postup:

Mandlovou mouku s moučkovým cukrem prosejeme přes jemné sítko. Z odleželých (1-4 dny v lednici) bílků a cukru krupice vyšleháme sníh. Do sněhu ve dvou až třech dávkách vmícháme mandle s cukrem, přidáme barvivo. Mícháme, až je hmota hladká. Naplníme jí cukrářský sáček s hladkou rovnou koncovkou (průměr cca 5mm) a na plech vyložený pečícím papírem stříkáme kolečka o velikosti dětského piškotu, děláme mezi nimi rozestupy asi 3cm. Celým plechem několikrát silně praštíme o stůl, čímž se jednak zbavíme vzduchových bublin, které mohou způsobovat praskání skořápek a za druhé tím srovnáme případné nerovnosti na jejich povrchu. Macarons necháme na plechu minimálně 30 minut zaschnout. Troubu si předejdeme na 140°C a pečeme je 14-16 minut. Necháme je úplně vychladnout na plechu, potom je můžeme skladovat v uzavřené krabici několik dní, než je naplníme.

Jestliže při jakémkoliv pečení platí, že teplota a čas jsou v každé troubě odlišné, tak u macarons to platí dvojnásob. Prostě si vychyptejte svoje hodnoty. V minulé troubě jsem pekla na 160°C po dobu 10 minut a macarons byly skvělé. V současné troubě mi za této teploty praskají. Zkoušela jsem z jedné várky těsta péct na dvě různé teploty (125°C a 135°C) a výsledek byl velmi rozdílný. Makronky jsou potvůrky!

### Ingredience na jednu z mnoha variací krému s levandulí (pusinka musí být samozřejmě fialová):

80g změkklého másla  
160g cukru moučka  
2 lžíce mléka  
2 lžičky sušené levandule

### Postup:

Změkklé máslo šleháme elektrickým mixérem na nejnižší výkon, přidáme cukr, mléko a rozdrčenou levanduli. Zvýšíme otáčky mixéru a šleháme asi pět minut, až je krém hladký a našlehaný. Pomocí cukrářského sáčku naplníme macarons.

Další možné varianty makronek – fantazii se meze nekladou:

Čokoládové makronky - Macarons au chocolat (barva tmavě hnědá, náplň hořká čokoláda, máslo)

Pistáciové makronky - Macarons pistache (barva pistáciová - žlutozelená, těsto s mletými pistáciemi, náplň žloutky a mleté mandle)

Citronové makronky – Macarons au citron (barva žlutá, náplň s citronovou šťávou+kůrou)

Jahodové makronky – Macarons fraise (barva pusinek růžová, náplň čerstvé mixované jahody a šlehačka, agar)

Makronky s mangem a zázvorem – Macarons au mangue et gingembre (barva pusinek oranžová zázvor mletý do těsta, náplň čerstvé mix.mango, šťáva z limetky, agar)

Makronky kávové - Macarons au café (barva pusinek kávová, náplň ze slaného másla)

Makronky malinové - Macarons framboise (barva pusinek malinová, náplň dobrý džem nebo mražené maliny s agarem)

Makronky tomatové s kozím sýrem - Macarons au tomate et au chèvre (barva červená, do těsta lžičku protlaku, náplň z čerstvého tvarohového kozího sýra a agaru),

Makronky s banánem a kiwi - Macarons au banane et kiwi (barva pusinek zelená, do těsta citronovou šťávu, náplň čerstvé kiwi, banán, agar)

Makronky pažitkové s kozím sýrem - Macarons au ciboulette et au chèvre (barva pusinek: smíchat modrou a žlutou, do náplně: pažitka, tvarohový kozí sýr, zakysaná smetana)

Makronky s černým rybízem - Macarons au cassis (barva pusinek bordó, do náplně bílá čokoláda a černý rybíz)

Makronky s husími játry a figy - Macarons au foie gras et aux figues (barva pusinek hnědá, do náplně husí játra rozetřená s fíkovou marmeládou).

Pro další inspiraci odkaz na obchod Pierre Hermé, Paříž, ulice Bonaparte č. 72:

<http://www.google.cz/search?q=pierre+herm%C3%A9+macarons&hl=cs&client=firefox-a&hs=eYX&rls=org.mozilla:cs:official&prmd=imvnso&tbm=isch&tbo=u&source=univ&sa=X&ei=SICRTo2DCofUsgbJ28AZ&ved=0CFUQsAQ&biw=1268&bih=805>